

## 了解疼痛，摆脱痛苦

什么是疼痛？

疼痛—伤害性刺激引起的一种复杂的主观感觉常伴有自主神经反应，躯体防御运动，心理、情感和行为反应。

按时间来区分的话可以分为：

1 急性痛 Acute Pain

2 慢性疼痛 Chronic Pain

第 17 版默克诊疗手册（The Merck Manual）这样描述：“慢性疼痛通常是被广泛地并人为地用来指一些在急性组织损伤消退后继续持续超过 1 个月的疼痛，或反复超过 3 个月以上的疼痛，或者预期会继续或进展的组织损伤所伴的疼痛。慢性疼痛已经丧失其适应性生物作用。往往会逐渐出现一些自主神经系统征象（例如疲乏、睡眠障碍、食欲减退、饮食无味、体重减轻、性欲减退、便秘等），并且可能继发抑郁症。”长时间（一般指 3 个月以上）持续存在或反复发作的并常伴有自主神经功能紊乱的疼痛称为慢性疼痛。

按性质来区分疼痛又可分为：

1 神经病理性疼痛 Neuropathic Pain

由于中枢或周围神经系统的损伤或病理改变引起，疼痛的性质为烧灼样痛、麻刺样痛、射击样痛、电击样痛、闪电样疼痛。阿片类药物可能无效或需要较高的剂量才有作用。

2 伤害感受器性疼痛 Nociceptive pain

由于人体内的伤害感受器受到机械、热、化学刺激或损伤引起，可分为躯体伤害感受器性疼痛和内脏伤害感受器性疼痛。疼痛性质是钝痛、刺痛、酸痛、跳痛、有时候是锐痛，阿片类药物有效

3 混合性疼痛 Mixed Pain

